

Обеспечение  
контроля  
за безопасностью  
жизнедеятельности  
ребенка



# Интернет: ПЛЮСЫ И МИНУСЫ

«Хватит вести себя так,  
будто Вам осталось  
жить 500 лет»

Билл Гейтс

# Интернет: плюсы и минусы

## Плюсы

- В расширении границ во всех смыслах: территориально, можно побывать в любой точке мира и пообщаться с любым человеком.
- Возможность, не вставая и не выходя из дома, найти любую информацию обо всём.
- Узнавать все новости раньше, чем их покажут на ТВ или скажут по радио.
- Вероятность найти новых друзей и единомышленников.
- Возможность развлечь себя.
- Возможность удаленно работать.

# Интернет: плюсы и минусы

## Минусы

- Беспорядочная недостоверная информация.
- Получение и передача ложных сведений.
- Формирование недостоверных понятий об объектах, явлениях и процессах.
- Ухудшение здоровья (потеря зрения (компьютерный зрительный синдром), гиподинамия, искривление осанки, психические и интеллектуальные нарушения развития).
- Вредная информация (асоциальные сайты):
  - религиозные секты;
  - тайные общества (фанаты, самоубийцы и др.);
  - экстремистские сайты (скинхеды, неонацисты и др.);
  - реклама насилия;
  - нецензурная лексика;
  - порнографические сайты;
  - психологическое давление;
- Маньяки;
- Мошенники;
- Подростковая агрессия.



# **ПОМНИТЕ!**

**ПОМНИТЕ!**

**ИНТЕРНЕТ** может быть прекрасным и полезным средством для обучения, отдыха или общения с друзьями.

**Но** – как и реальный мир –  
**Сеть** тоже может быть опасна!

# Противопожарная безопасность

- Правила пожарной безопасности в быту;
- Правила обращения с газовыми и электрическими приборами в быту;
- Правила пожарной безопасности на отдыхе (в лесу, у реки и т.д.);
- Недопущение игр с огнем детьми

**Не оставлять детей без присмотра!**

# Дорожная безопасность

- Правила дорожного движения:
  - Переход проезжей части;
  - Игры у дороги;
  - Тормозной путь автомобиля;
- Управление транспортными средствами;

**Личный пример родителей!**



# Здоровое питание

- Питание должно быть максимально разнообразным.
- Приемы пищи должны быть 4-5 кратными в течение дня (каждые 3-3,5 часа).  
Оптимально, если в одно и то же время..
- Ежедневно в рационе должны присутствовать молоко и молочнокислые продукты, но не более 200 мл в сутки.  
Минимум 2 раза в неделю необходимо есть натуральный творог.
- Овощи и фрукты должны быть на столе ежедневно.

# Здоровое питание

- Ограничить количество употребляемой соли.
- Исключить из питания жгучие и острые специи, уксус, майонез, кетчупы.
- Ограничить употребление сахара, кондитерских изделий, сладких, особенно газированных напитков.
- Отдавать предпочтение блюдам, приготовленным на пару, отварным, тушеным
- Формировать у детей приверженность к здоровому образу жизни.
- Сбалансированный рацион питания должен состоять из разнообразных, правильно подобранных и приготовленных продуктов.

# Поведение на реке

- Безопасным считается лед толщиной не менее 15 сантиметров;
- В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей;
- Правила поведения на тонком льду.

**Не оставлять детей без присмотра!**

# Травмоопасные объекты

- Техника безопасности в быту;
- Правила поведения в школьном здании;
- Правила поведения на уроках физической культуры, технологии;
- Правила поведения на спортивных объектах;
- Правила поведения на занятиях в спортивных секциях.

**Не оставляйте детей без присмотра!**

**Ответственность за  
жизнь и здоровье  
детей несёте  
Вы – родители!**